

**Reguli de utilizare a bazei sportive extrase din  
Regulamentul de organizare și funcționare  
COD. REG.33 aprobat prin Hotărârea Senatului nr. 129/17.05.2019**

**Persoanele care utilizează baza sportivă au următoarele drepturi:**

- a) Studenții au acces gratuit la baza sportivă, în afara orelor de educație fizică și sport, în conformitate cu aprobarea Consiliului de Administrație TUIAȘI; astfel, studenții vor putea face programări direct la administratorul bazei sportive. Accesul studenților în bază sportivă este posibil și fără rezervare, numai în limita disponibilității spațiilor.
- b) să se adreseze administratorului bazei sportive cu orice nemulțumire privind modul de funcționare a aparatelor din dotare, a echipamentelor sportive, în legătură cu comportamentul salariaților din baza sportivă, dacă sunt nemulțumiri în ceea ce privește respectarea regulilor igienico-sanitare;
- c) să li se asigure condiții de igienă în conformitate cu normele sanitare specifice.

**Obligațiile utilizatorilor Bazei Sportive:**

- a. să păstreze și să folosească în mod civilizat bunurile materiale din dotarea bazei sportive;
- b. pentru a fi permis accesul în baza sportivă, în afara orelor de educație, fizică și sport, toți studenții trebuie să aibă asupra lor legitimația de student/carnetul de student sau orice document care atestă calitatea de student al universității;
- c. să folosească încălțăminte de schimb atunci când intră în sălile de sport;
- d. să folosească echipament adecvat activității sportive, cu încălțăminte sport, îmbrăcăminte sport;
- e. să respecte programul din graficele întocmite;
- f. să respecte normele igienico-sanitare;
- g. să aibă o ținută decentă în incinta bazei sportive și să manifeste un comportament civilizat față de personalul acesteia;
- h. să păstreze curățenia în incinta bazei sportive;
- i. să suporte contravaloarea pagubelor materiale produse la baza sportivă;
- j. să respecte instrucțiunile de folosire a aparatelor din sala de forță și sala de fitness și să ia la cunoștință sub semnătură proprie de modul cum se folosesc aparatele din dotarea sălii de forță. Instrucțiunile sunt afișate în limba română și în limba engleză la intrarea în sala de forță și în interiorul acesteia;
- k. să-și cunoască starea de sănătate sau eventualele patologii cu care sunt evidența medicului de familie și care necesită un program diferențiat de mișcare;
- l. să răspundă de eventualele accidente care pot să apară prin nerespectarea punctului de mai sus;

- m. să folosească dotările puse la dispoziție conform destinației acestora, să nu le deterioreze sau să le aducă în stare de neîntrebuințare, obligându-se să plătească contravaloarea acestora în cazul distrugerii lor;
- n. să nu pună în pericol viața sa și a celorlalți utilizatori, aflați în incinta bazei sportive în timpul practicării activităților sportive;
- o. să nu practice alte jocuri pe terenurile aflate în incinta bazei sportive, decât cele conform destinației terenurilor;
- p. să adopte un comportament civilizată față de ceilalți utilizatori ai bazei sportive și să poarte conversații pe un ton adecvat;
- q. să nu creeze stări tensionate între cei prezenți în incinta bazei sportive prin adresarea de injurii sau calomnierea acestora;
- r. se supun normelor legale în vigoare vizând răspunderea materială și penală.

**Sunt interzise următoarele activități pentru utilizatorii Bazei Sportive:**

- a. scoaterea din incinta bazei sportive a materialelor, instalațiilor din dotare, etc;
- b. accesul în depozite, magazine și alte spații destinate personalului angajat;
- c. accesul în baza sportivă cu animale de companie;
- d. accesul cu băuturi alcoolice sau substanțe halucinogene;
- e. consumul de băuturi alcoolice sau substanțe halucinogene;
- f. accesul în stare de ebrietate sau sub influența substanțelor halucinogene;
- g. modificarea poziției aparatelor din sălile de forță, fitness sau din saună;
- h. manevrarea stâlpilor de susținere a fileului;
- i. accesul cu biciclete, scutere, motociclete sau autoturisme pe terenurile sportive sau sălile de sport;
- j. intervențiile la comutatoare, prize și tablouri electrice, becuri, neoane, calorifere, instalații de apă, etc.
- k. fumatul în incinta bazei sportive.

**UTILIZAREA SĂLII DE FORȚĂ DIN CADRUL BAZEI SPORTIVE A  
UNIVERSITĂȚII TEHNICE „GHEORGHE ASACHI” DIN IAȘI**

1. Sala de forță se află la etajul 1 a sălii de sport din campusul studențesc „Tudor Vladimirescu”, situată pe Aleea Prof. Vasile Petrescu nr. 31A, înregistrată în Cartea Funciară cu nr. cadastral 160836-C16, menționată la art. 5, punctul 7, lit.B, a) privind patrimoniul Bazei sportive.
2. Persoanele care au dreptul de acces la sala de forță sunt studenții Universității Tehnice „Gheorghe Asachi” din Iași precum și studenții altor universități din Iași, care sunt cazați în campusul „Tudor Vladimirescu”.

**3. Modalitatea de acces:** Studenții pot avea acces la sala de forță pe baza unei cereri adresată administratorului bazei sportive și pe baza unei adeverințe eliberată de medic din care reiese că sunt apti din punct de vedere fizic pentru efectuare exercițiilor sportive cu greutate + efort fizic.

**4. Programul de funcționare:** Accesul studenților este permis pe bază de programare, în zilele de luni până vineri, în intervalul 18.00 – 22.00 și de sâmbătă până duminică în intervalul 15.00 – 22.00. În sală este permis accesul a maximum 20 de studenți în același timp.

**5. Obligațiile utilizatorilor Sălii de forță a Bazei Sportive:**

- a. purtarea unui echipament sportiv corespunzător: adidași, șort, tricou, mănuși, prosop etc. Nu este permis accesul în sala de forță fără echipament sportiv.
- b. utilizarea unui prosop în timpul antrenamentului.
- c. utilizarea prosopului personal la contactul cu diferitele tipuri de aparate sau echipamente.
- d. înainte de începerea lucrului cu greutate, efectuarea câtorva exerciții fizice de încălzire a ligamentelor timp de aproximativ 10 minute.
- e. lucrul cu greutate mari se face doar sub supravegherea unui coleg/partener de antrenament.
- f. solicitarea sprijinului unui coleg când se efectuează exerciții cu haltera.
- g. nu se trântesc discurile sau ganterele pe pardoseală.
- h. în cazul în care se observă că un aparat nu funcționează corespunzător, se anunță de îndată personalul bazei sportive.
- i. nu se vorbește la telefon în timpul efectuării exercițiilor fizice.
- j. Se eliberează aparatul în pauzele dintre exerciții.
- k. nu se utilizează sala de forță dacă utilizatorii suferă de boli contagioase.
- l. în cazul nerespectării programării, rezervarea poate deveni nulă.
- m. nu se consumă alcool înainte de intrarea în sala de forță. Este interzis accesul în sala de forță sub influența băuturilor alcoolice sau a substanțelor halucinogene.
- n. se păstrează o distanță minimă față de colegii din sală pentru a evita posibile accidente sau pentru a nu le crea un disconfort celorlalți studenți.
- o. administrația bazei sportive nu este responsabilă de accidentările care pot surveni în timpul antrenamentelor.
- p. să mențină ordinea și curățenia în sală.
- q. în cazul în care un utilizator poartă o discuție telefonică sau cu un coleg din sală, va menține tonul la minimum pentru a nu deranja pe ceilalți studenți.